

# Zanahorias con Glaseado de Naranja

Meal Components: Fruits, Vegetable

Side Dishes, I-12A

Ingredients	25 Porciones		50 Porciones		Directions
	Weight	Measure	Weight	Measure	
Maizena		1 cda		2 cdas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Combine la maizena con agua fría hasta que se disuelva y apártela hasta el paso 3.</li> </ol>
Agua, fría		1/2 tza		1 tza	
Zanahorias enlatadas en rodajas, escurridas	2 lb 9 oz	1 cuarto 3 tzas (5/8 de lata No. 10)	5 lb 2 oz	3 cuartos gl (1 1/4 de lata No. 10)	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Coloque 2 lb 9 oz (1 cuarto 2 tzas) zanahorias en cada bandeja de hornear (9" x 13" x 2"). Para 25 porciones, use 1 bandeja. Para 50 porciones, use 2 bandejas.</li> </ol>
O	O			O	
Zanahorias congeladas en rodajas	2 lb 4 oz	2 cuartos gl	4 lb 8 oz	1 gl	
Margarina o mantequilla	2 oz	1/4 tza	4 oz	1/2 tza	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Para glasear: Combine la margarina o mantequilla, azúcar morena, jugo de naranja concentrado, nuez moscada (opcional), canela y la maizena disuelta. Revuélvalo hasta que se mezcle todo bien.</li> </ol>

Jugo de naranja concentrado, congelado	3 1/2 oz	1/4 tza 2 1/2 cdas	7 oz	3/4 tza
Nuez moscada molida (opcional)		1/2 cda		1 cda
Canela molida		1/2 cda		1 cda
Ciruelas pasas, picadas (opcional)	2 1/2 oz	1/4 tza 3 cdas	5 oz	3/4 tza 2 cdas
O	O	O	O	O
Pasas (opcional)	2 1/2 oz	1/2 tza	5 oz	1 tza

4. Llévelo a punto de ebullición. Retírelo del fuego. Añada las ciruelas pasas o pasas (opcional).
5. Vierta 1 1/4 tza 2 cdas del glaseado sobre cada bandeja de zanahorias. Para hornear: En horno convencional: 375° F de 20 a 30 minutos. En horno de convección: 325° F de 15 a 20 minutos. CCP no es necesario,
6. CCP: Manténgalo a 140° F o más caliente. Distribuya las porciones con una cuchara medidora No. 12 (1/3 tza)

Serving	Yield	Volume
? tza (cuchara medidora No. 12) provee ¼ tza de vegetales y frutas.	<b>25 Porciones:</b> 2 lb 14 ½ oz 1 bandeja	<b>25 Porciones:</b> 2 cuarto gl ? tzas
	<b>50 Porciones:</b> 5 lb 13 oz 2 bandejas	<b>50 Porciones:</b> 1 galón ¾ tza

Nutrients Per Serving					
Calorías	47	Grasa saturada		Hierro	
Proteínas		Colesterol		Calcio	17 mg
Carbohydrate	7 g	Vitamina A	6496 IU	Sodio	135 mg
Grasa total	2 g	Vitamina C	7 mg	Fibra dietetica	1 g